

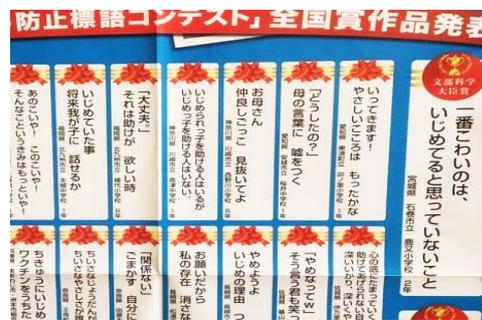
山西小学校便り

もっと

山西っ子

《なかよく・かしこく・たくましく》

温もり
信頼
笑顔



令和3年5月31日（月）no.10 文責：上田
“空回り感”を覚えていませんか

6月は「心のきずなを深める月間」です。（いじめ防止標語コンテスト作品）

～実行能力を伸ばすためのサポート～

最後までやり遂げることを子どもに望む声を親御さんから聞くことがよくあります。「家に帰るとランドセルを放りやって、すぐにゲームを始めてしまう」「プリントを親に渡さず、親が提出物を用意しても持って行くのを忘れる」「宿題をやるうとは言うが、なかなか取りかかれない」「中途半端で、終わらせることができない」などなど、見通しをもった行動ができない・気が散りやすく持続できない・やる気があっても行動できない・やりたいことを先にやってしまうといった様子は、少なからずどの子にもあるものですが、親心からか、いろいろと言葉かけをしてしまいがちになり”空回り感”を覚えることがあります。

特に、実行能力(または実行機能、遂行機能)が強い親にとっては、子どもがきっちり進められないことが気になり、教えればできるはずだと、イライラしたりつい厳しく叱ったりしがちなようです。逆に、実行能力の弱い親だと、自分も苦手だからと共感を示し、放置され改善はされないままということもあるようです。親子にも相性みたいな関係はあると思います。父親・母親、さらには祖父母と家族にも、それぞれに子どもとの相性があるかに思います。

子どもの実行能力を伸ばすため家族のサポートが必要であることは確かです。もちろん能力のアンバランスさは子どもであれ親であれ、誰にでもあります。子育てに限って考えると、子どものことを「知ること」→「理解すること」→「サポートすること」が大事だと思います。特に「理解すること」がポイントで、子どもの気持ちやストレスを理解できれば、必要以上のことを強いることはありません。時として、子どもが自分で伸びようとする力、自分で工夫したり努力したりしていることを見つけると、親の表情からも自発性が刺激されるものです。

右図は、発達神経心理学の坂爪一幸さんが「保護者へのサポート」として紹介された実行能力の弱い子どもへの親の関わり方です。参考にされてみてください。

学校では、+1(プラスワン)の課題の達成で実行能力を高めることに取り組んでいる学年・学級があります。子どもの成長には、家庭と学校との協力が欠かせません。子どもが成長を感じられたら学校にもお伝えいただけると幸いです。

心の安定

子どもはストレスに弱く、不安、反抗心、無力感などを生じやすい。子どもの話をよく聞く、一緒に遊ぶなどして、気持ちに寄り添い、心を安定させる

**実行機能を使う
トレーニング**

実行機能は使うこと(トレーニング)で改善する。本来、子どもはできないことをがんばろうとするもの。その気持ちを妨げないことが大切

行動を変える

望ましい行動はほめ、望ましくない行動は止めるなど、行動を変える直接的なサポート。ただ、これだけでは不十分で、ほかのサポート方法と組み合わせるようにする

別の能力で補う

弱点を、ほかの能力で補う方法。例えば、聞き取りが苦手(言語性ワーキングメモリが弱い)なら、メモ(視空間性ワーキングメモリ)を使って覚えるなど

環境を変える

照明や騒音などの環境だけでなく、声かけや指示などの動きかけや、学習教材などの情報環境も含む。スケジュールの図示は、その一例

道具を使って補う

弱点を、なにかの道具を使って補う方法。例えば、パソコン、スマホ、タイマーなど。ただし、道具の使い方は覚えなくてはならない